

## **Wenn's im Mund pocht und sticht**

### **Was Zahnschmerzen lindert und warum ein Zahnarztbesuch nötig ist**

**München – Es sticht, es pocht, es zieht: Oh weh, Zahnschmerzen! Die Auslöser für Schmerzen im Mund sind unterschiedlich. Die Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK) gibt zum „Tag des Zahnschmerzes“ am 9. Februar Tipps, was Sie gegen die Beschwerden tun können.**

Meist sind schmerzende Zähne erkrankt oder beschädigt – etwa durch Karies, Zahnwurzelentzündungen oder Parodontitis. Weitere Gründe für Schmerzen im Mund können zum Beispiel kaputte Füllungen, eine Nasennebenhöhlenentzündung oder Kiefernverspannungen sein.

#### **Termin in der Zahnarztpraxis vereinbaren**

Bei Zahnschmerzen vereinbaren Sie am besten gleich einen Termin in Ihrer Zahnarztpraxis. Dort können die Ursachen geklärt und behandelt werden. Informieren Sie das Praxisteam bereits am Telefon über Ihre Schmerzen, damit sie so schnell wie möglich einen Termin bekommen. Wenn Sie am Wochenende oder an Feiertagen unerträgliche Zahnschmerzen haben, wenden Sie sich an den zahnärztlichen Notdienst. Bayerische Notfallpraxen in Ihrer Nähe finden Sie unter [notdienst-zahn.de](http://notdienst-zahn.de).

#### **Tipps gegen Zahnschmerzen**

Bis zum Zahnarzttermin können rezeptfreie Schmerzmittel – zum Beispiel mit Ibuprofen oder Paracetamol – vorübergehend helfen. Schmerzmittel mit Acetyl-Salicyl-Säure (ASS) sollten Sie nicht einnehmen. Sie beeinflussen die Blutgerinnung. Das kann bei einem möglichen Eingriff zu stärkeren Blutungen führen. Auf Alkohol und Nikotin sollten Sie bei akuten Zahnschmerzen ebenfalls verzichten.

Auch Hausmittel können die Beschwerden möglicherweise lindern:

- Kühlen Sie die betroffene Stelle mit einem Kühlpad oder Eisbeutel.
- Nelken betäuben örtlich, wirken antibakteriell und entzündungshemmend. Sie können die Gewürznelken kauen oder lutschen.
- Bei einer Zahnfleischentzündung können Mundspülungen mit Tee helfen. Entzündungshemmend wirken zum Beispiel Salbei oder Kamille.
- Auch Spülungen mit Salzlösung wirken antibakteriell. Lösen Sie einen Teelöffel Salz in einem Glas mit warmem Wasser auf und spülen Sie Ihren Mund zwei bis drei Minuten damit.

Damit Zahnschmerzen erst gar nicht entstehen, ist gründliche Mundhygiene wichtig. Informationen zur richtigen Zahnpflege finden Sie auf der Patientenseite der BLZK [www.zahn.de](http://www.zahn.de).

#### **Kontakt:**

Isolde M. Th. Kohl, Leiterin Geschäftsbereich Kommunikation der Bayerischen Landeszahnärztekammer  
Telefon: 089 230211-104 | Fax: 089 230211-108 | [presse@blzk.de](mailto:presse@blzk.de) | [facebook.com/BLZK.KZVB](https://facebook.com/BLZK.KZVB)

Die Presseinformation finden Sie unter [www.blzk.de/pressemeldungen](http://www.blzk.de/pressemeldungen)

*Die Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK) ist die gesetzliche Berufsvertretung der über 16 500 bayerischen Zahnärzte. Sie setzt sich aktiv für Rechte und Interessen der Zahnärzte sowie für Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung der Mundgesundheit der Bevölkerung ein. Dabei steht sie für Qualität in der Zahnmedizin als Ergebnis wissenschaftlich begründeter Präventions- und Behandlungskonzepte, die sich an der Individualität des einzelnen Patienten orientieren. Der Patientenschutz ist ein vorrangiges Anliegen der Bayerischen Landeszahnärztekammer.*